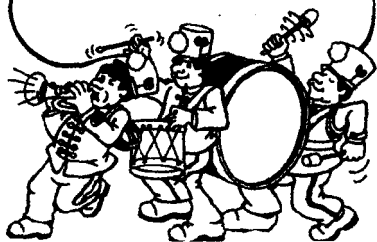


— 服饰的穿戴艺术



衣料的质感美

衣料种类非常丰富。天然纤维纺织品包括棉、麻、丝、毛织物等；化学纤维纺织品包括涤纶、锦纶、腈纶、丙纶、维纶和粘胶纤维以及异型纤维等织物；非纺织纤维织物包括人造革、合成革、皮革和裘皮等。衣料选择得当与否，不仅直接影响着服装的款式、色彩和装饰的设计效果，而且也影响着对人体的修饰和美化。

因此，为了利用衣料的质感美，增加服装的美感，

我们还应注意以下各点。

1. 选择衣料 要与服装款式和穿着功能相称。例如，一般丝绸轻薄、飘逸、有下垂感，适于做衬衫和连衣裙，而不宜做造型工整的西装及西服裙套装。但我国传统的丝织品——柞蚕丝绸，却由于质地坚固、透气性好、色泽优美和富有弹性，既适合做夏令男女装面料，又适合做西服面料；化学纤维中的中长纤维面料，由于具有毛料外观，弹性又好，而且抗皱免烫，易洗快干，比棉布定型性强，因而特别适于做造型挺括的长裤、外衣；做睡衣套装，还是以棉布为佳。由此可见，衣料质感对服装的使用功能和款式起着重要的作用。

2. 选择衣料要注意穿着者的体型。例如，为胖体型者缝制服装，选择衣料就不要太厚或太薄，而且要质感柔软，因为厚而带绒感的衣料会使身材显得臃肿；太薄的衣料，由于过分显露自然体型，对胖人也不甚佳。而为瘦人制装就正好相反，较厚的衣料能使服装造型线条清晰挺括，很薄的衣料能使体型有丰满感。

3. 选择服装衣料要注重配套。即上下装衣料要搭配得当，如果上装用的是平挺而厚的衣料，而下装是轻飘的长裤，就会使人感到上重下轻。但如果倒过来，上装衣料轻薄些而下装又挺括些，从轻重搭配来看，倒觉得自然大方了。

此外，选择衣服的口袋料和里子料也十分重要。例如，用比较结实的化纤织物做裤子面料，而用薄棉布做口袋，洗过之后，往往会因为缩水率不一致造成面料起皱，而且面料先干而口袋迟迟不干，又影响穿用。如果用旧料和牢度差的料子对付着做口袋，穿一段时间后，口袋先被磨破而面料还相当完好，此时补也难，换口袋就更费事了。里子料也如此。如果用的料不结实 情况比口袋更糟。因此 里子料同样要严格选择。里子料要用爽

滑耐磨的，如果做丝绸面料的棉衣，里子可选美丽绸、人造丝斜纹绸等；做毛料外套，里子可选蜡线羽纱、美丽绸等；做毛料呢大衣，里子可选棉线绫等。

服装的和谐美

合体、入时的服装，不仅能使着装者显得漂亮、年轻、美妙动人，而且能衬托出其温文尔雅、英俊潇洒的风度。为达此目的，一要注意脸型与衣领的关系。二要注意不同场合对着装的要求。比如：长脸的人忌领口长而尖，适用一字领、方领、圆领、披肩领；脸宽颈短的人应避免圆领和一字领；宽长的西服领、尖领、低领较好；方型脸则应避免方型领；尖脸型以大翻领为佳。穿衣服必须注意场合，不然，本来很美的服饰也会因其与场合不协调而大为逊色。

一般地，上班时的衣着应整洁、大方、高雅，不需过分修饰。华丽的衣裙适于参加晚会；参加宴会时的着装宜庄重，避免轻佻；赴约会时，着装应整洁、体面一些，以示尊重对方。作为主人在家里招待宾客，穿得应朴素随和些，免得客人感到拘谨；在公共场合穿内衣是失礼行为，即使在海滨和游泳场，也不可穿针织的或紧身的内衣；睡衣、睡袍只适宜在家里穿，在休养地和疗养院，也不可穿睡衣、睡裤走来走去，如换上运动衣就比较得体。

另外，女子穿下摆窄或膝盖以上短裙时，切勿在人前把腿架起来。随父母一同外出时，要特别注意外表和服装的和谐美，留给人美好的印象。

服装的朦胧美

人们穿着服装，又能使人体的某一部分间接地显现出来，在露与不露间产生一种美感，这就是服装的朦胧美特征之一。一字领、蝙蝠袖、直统裙、小脚裤、丝光袜以及带网眼、半透明料子的服装，都能产生朦胧美感的效果。

夏季，青年妇女穿着圆开领直统裙，初看起来似乎破坏了形体美，但实际上，当人走动或做各种动作时，柔软宽松的上衣和身体若即若离，产生朦胧美感。

再如中裤，它把女性的腿部处理在露与不露之间，虽然只露出小腿部分，但小腿的线条通过人的视线把整个腿部的线条连接起来，加上上身配以合体或宽松的服装，更能显示出不同的美感来。

服装的色彩也是朦胧美的组成部分。色彩的感情化象征着某些事物 如红色似火 绿色象征着自然的生气 蓝色犹如天空、大海的清凉。这些色彩表达了人的联想，让人体会到一种朦胧的美感。

时装的造型美

时装是指某一时期最新颖、流行的装束。时装能反映浓郁的时代气息，它的美化功能日益引起人们的注意，由式样、衣料和色彩三个方面构成。

时装的造型本身不存在美与不美的问题，它必须通过和人体结合起来体现。例如中老年人的时装造型特点是合体、端庄、持重、整齐、大方 穿着后能反映出中老年人的健康安详、精神矍铄；青年人则要求时装的造型能显示出青年人苗条的体

型 潇洒、轻盈、活泼的性格特点 并能体现他们的青春活力。

时装的式样变化体现在衣裤结构长短、宽窄、方圆、曲直的变化、分割的繁简和附件的增减上。近年来 人们对时装的要求趋于宽松适体 衣片上做各种形式的分割，色调也倾向于清新明快 条、格和提花织物被大量选用。时装造型随着时代的进步在不断地翻新变化，形成了登山服、滑雪衫、击剑衫、旅游服、休闲服 以及以明星命名的各式时装。



泳装与形体美

游 泳是健美形体的一种重要方法。

游泳要穿泳装。怎样从五彩缤纷、各式各样的泳装中选出自己满意、别人羡慕的泳装呢？以下建议供您参考。

布料：泳装的布料一般宜厚不宜薄，且要富于弹性，不易变形。通常可选择弹性好、穿着舒适又具不透明特点的锦纶或拉架纤维布制成的泳装。

尺寸 泳装的大小是以躯干和胸部来衡量的。一般来说 泳装应比自己衣服的尺寸大一号。过小，游泳时身体被裹紧，影响动作，又不雅观。

自身条件：泳装既是外衣又是内衣，穿着后身体暴露的部分多。因此，如何使它扬长避短，最大限度地保持和显示自身的形体美，就显得十分重要。

身体较高而偏瘦的女性 宜选择浅色、全身印花或

图案、有阔肩带的泳装。这样看起来会显得丰满些。若穿没有肩带的一件头泳装，看起来身体会显得过于平板。

胸部过于平坦的女性，最好穿胸部有皱褶、交叉结带或链，或在胸部配蝴蝶结的一件头泳装，并印有颜色鲜艳的图案，这样可使胸部显得丰满些。应避免穿低 V 领泳装，否则胸部缺陷会更让人注目。也不要选纯色泳装，因为它会使您显得更瘦弱。

如果体型属于梨型（窄胸肥臀）则要选择上、下半身设计并重的泳装。一方面使胸部看起来较丰满，另一方面尽量分散对臀部的注意力。这类泳装多为式样简单、颜色沉实、有条高腰的三角裤。这样，腿、臀部分看起来就显得苗条些。

肩膀较宽、臀部窄小，类似运动员身材的女性，最好挑选心型领设计的泳装。这样看起来更女性化，可使肩膀显得相对匀称，增加胸、腰部的曲线感。还可挑选背部有别致的交叉缚带的泳装，以便将别人的注意力吸引到您线条匀称的背上来。

臀部大、粗腰或桶型身材的女性，宜选择质量好、较厚、较坚挺衣料制作的泳装，以利收紧腹部。不要买有腰带或腰围颜色特别鲜明的泳装，以免腰、腹部的缺点更突出。一般宜选择下截颜色深、上截颜色浅的泳装，以使别人的注意力集中在上身。也可选择正前方加长条强调缝片的泳装。颜色要尽量避免鲜艳的花布，但明朗的直条会使人看起来身材较为修长、轻巧。

手臂和大腿较粗壮的女性，宜选择裙式泳装。颜色上应上身浅，裙子深，以使手臂和大腿显得纤细、修长些。

体态丰腴的女性，宜选颜色较深、带小花的泳装，也可选不同颜色（最好是红、黑、蓝）的泳装。不宜选纯色泳装，因为它会使您显得肥胖，甚至臃肿。

身材矮小的女性不妨选择两头深、中间浅的泳装，

以给人身材较高的感觉。

如果您身材修长、丰满，三围比例合适，则任何一种泳装对您都合适。但三点式泳装暴露过多，在露天或海滨浴场会被紫外线照射过度 时间长了 易使皮肤变黑、松弛 过早出现皱纹。因此 建议多选购几套您喜欢的不同花色、款式的泳装，以便轮换穿用。

孕妇的服饰美

怀孕后体型变化很大，对这时的服饰、打扮更应注意，以保持原有的风度与美感。

对衣料的最佳选择是 容易整理、不起皱、透气、吸湿、保暖 在颜色上，最好选择互补的混合色、灰色调或低明度的颜色，这样可以遮蔽体型的缺点；衣服上的花型可以复杂些，以便打乱人的视线。

孕妇选择的服装，领部要很突出，胸部不要有扣子、口袋一类的装饰，腹部不要有带子，不要有拼接的水平线或弄成很挺括的褶，尽量选择长袖子的服装，从而减弱腹部的视觉高度，使整个身姿更为平衡、协调。

衣服装饰配套美

人们穿衣，一为遮体、御寒、消暑 满足物质方面的需要 二为美观、漂亮 从精神方面表现人的风度、气质、思想境界。服装色彩繁多，配套艺术手法也多种多样。

1. 统一法：简而言之，就是使服装色彩获得统一色调效果的方法。例如 倘若上下衣着是白的 那么鞋、袜、

帽、手提包等等也是白色的，这种色调统一的配套方式，效果独特，富有迷人的魅力，对于男女老少和不同气质、不同性格的人来说都可一试。

2. 点缀法 就是在统一完美的主色调 包括主色、陪衬色 的基础上，加上非常醒目的小色块作点缀，使之起到画龙点睛的作用。例如：身穿一身白色衣裙的少女，胸前结上黑色或蓝色的领结或飘带，腰部系一条黑色腰带。这种以醒目色作点缀的配套，效果清新、雅丽 别具风格。

3. 对比法：也叫衬托法，即通过色彩的互相衬托来加强服装的美感。例如：黑色套装配白衬衣、绿色套装配黄色内衣、浅色上装配深色下装，这种黑与白、冷与暖等色的对比，色彩明朗，格调新颖。

纽扣的装饰美

钮扣在服装结构中是一个不可缺少的组成部分。它能把衣服连接起来，使其既紧密保温，又穿用方便，这是钮扣具有实用性的一面。另外，使用别致的钮扣，还会对衣服起到一定的点缀、装饰作用，这是钮扣具有的装饰性的一面。

钮扣的品种很丰富 除常用的塑料类外 还有金属、木、竹、皮革、牛角、骨、陶瓷、玻璃、贝壳以及用衣料包制的等等。高档的钮扣还有用象牙、宝石、金、银制作的。

从服装功能上来说，钮扣一般安放在服装的前面或侧面，最低不超过膝盖以下，若不在这个区域内，就失去了实用性。不同性别、年龄的人，对钮扣有不同的要求和喜好。年轻人穿用拉链代替钮扣的衣服 显得活泼、潇洒、利索 中年人

使用与衣服面料接近或用衣料包制的扣子比较合适。在妇女的旗袍、短袄前襟配上盘香扣，其花纹可根据不同服装的线条，采用不同的图案，使服装显得精致、华丽，更突出了成熟的女性美。一般来讲，女性服装上使用钮扣的范围比男性大。通常，女装的钮扣钉在左襟上，男装的钮扣钉在右襟上。

儿童服装的钮扣要适应儿童的特点。近来，市场上出售不少花卉、动物形状的扣子。选择恰当，能给童装增添活泼、欢乐的气氛。对于学龄前儿童，钮扣的使用不仅要考虑到实用、装饰的作用，还要考虑到其安全性。儿童走路常常摔跤，所以衣服款式、扣子的位置都要考虑进去。

不同季节，对钮扣要求也不同。冬季服装的钮扣要考虑到服装的保暖性和厚重感。如：防寒服，一般采用内拉链，外加金属敲打扣。若用线锁扣眼，会使棉絮、羽绒外露。既不结实，又影响外观效果。

另外，一件衣服上，钮扣的质地也十分重要。如用人造革、仿羊皮制成的衣服，若钉上皮扣，会使服装整体一致；若钉有机玻璃扣则不伦不类。因此，一定要注重钮扣材料的合理性，充分表现和发挥它的质地美。

钮扣的颜色丰富多彩，但不可乱用。在选择时，首先要考虑到服装的整体效果，要与服装的色调协调。可以用同类色，也可以用补色（对比色）小面积的对比，也可有些变化，但主要得看服装款式选择。同时，钮扣的形状大小不一，感觉也不一样。例如：一排很小的钮扣，会给人一种庄重精致的感觉。一粒很大的钮扣，能给人一种豪华、大气的感觉。

一般情况下，较薄的衣料，钮扣应小而薄；粗厚的衣料，钮扣可以相应大一些。总之，在选择使用钮扣时，一

定要和服装的款式、衣料的质地取得协调。

女式提包装饰美

女性选用提包 除实用外 还能起到装饰作用。在选用时 要注意以下几点。

1. 要注意同年龄相称。年轻女性适合小型提包 小巧玲珑 色彩宜艳丽，款式宜新奇，以显示时代的色彩；中老年女性则以中型提包为宜 显得稳重 款式力求美观大方。

2. 要注意同体型搭配。身材高大的女性，不宜选择太小的提包 身材矮小的女性 不宜用过大的提包 以免显得笨拙 选用玲珑小巧的为宜；身材肥胖的女性，不宜选用圆形提包，宜选用有棱角、小巧的提包 身材瘦弱的女性 宜选用圆形、柔边的提包 以增添丰韵。

3. 要注意同服装相匹配。如果穿西装或连衣裙，选用中型的挎包或手提包为好。夏季选用白色提包、挎包 颇有清凉、大方的美感 春秋季如挎上一个草、麻编手提包 又显出浪漫幽趣。

4. 要注意同服色相协调。红色提包或挎包适合配蓝、灰色的服装。黑色和棕色提包不管什么颜色的服装都适用。此外，还得注意提包的颜色与鞋子、手套、纱巾相统一协调。

5. 要注意视用途而变化。一般逛街、买菜以轻便小型为主；上下班时宜选用大型、质量较好、式样大方的提包 颜色以黑、白、咖啡、紫红等色较易与服装相配。出差或旅游宜选用帆布提包，使用方便，又给人一种轻松感。

得体着装四要点

有人认为，在写字楼或商场里上班，穿什么样的服装无所谓，这是自己的事，只要是自己喜欢的服装就行，其实这种想法大错特错。

虽然你穿什么样的服装和你的工作、业务没有什么直接联系，但是工作场所的服装应以有利于处理业务、提高工作效率为前提，这时的服装不是个人演绎个性的东西。穿好工作服装的要领就是清洁方便，不要一味地追求时髦和过于修饰。下面简要介绍一下外出着装的诀窍。

1. 不同年龄段的着装要点。20 岁至 30 岁 这时是您刚跨入社会的时期，最好选用一些品质好而耐用的普及品，因为使用高档的服饰，和您的年纪不相称，会招来别人奇怪的眼光；30 岁至 40 岁，这是您事业上的过渡时期，以给人诚实、坚定的感觉为佳，服装的颜色也应该以橙色系列转化为灰色或褐色系列；40 岁至 50 岁 这是您事业的重要阶段，有许多人当了部门主管或经理，就应从服装上给人以信赖感，已经旧的西装可以淘汰了，购买一些新的符合自己身份的服装 过了 50 岁 这时的您已有了地位和权力 可以选择自己喜好的服装，但不要故作。

2. 经常外出的人最好选择西装。在写字楼或商场里办公的人员，尤其是经理级别的人，外出时的工作服装多选择西装。西装分工作时穿的、作礼服穿的及休闲穿的西装。工作时穿的西装，分冬季和夏季两种，应各准备两套，并配上相应的衬衣，西装隔几天换一次即可。深蓝色或深灰色系列的传统西装差别不明显，易让人厌倦，选色时应注意。也可因场合不同，穿些：

花哨的衬衣，女职员不妨准备几件漂亮的便服。作礼服用的西装，就该是正宗的了，平时准备好黑、白两种领带，以备急用。休闲西装，就是能脱离传统西装的束缚，但又不至于穿得太随意而专门设计的服装，颜色多是当季最流行的，图案较多。此外，只有在工作场所里，胸口袋上才能够插钢笔。

3. 穿衬衫、戴领带的要素。穿衬衫最好选用白色，这样易给人清洁感。不过，近年来在工作场所也可穿有颜色的衬衫，但出席庄严场合时，应穿白衬衫。无论在什么场合，都要注意保持衬衫的领子和袖口的干净，最好每日更换，小心清洗。经理级人员在公司里需多备一件白衬衫，领带要清洁，要注意领带上容易用手弄脏的系结部分，如果领带肮脏破烂或歪歪斜斜，会给人以不洁、不舒服的感觉。打领带还应考虑衬衫衣领的形状，使领带打出的系结与此相称。外出前，在检查外衣的钮扣、裤子的拉链、鞋子的鞋带时，也应检查一下你的领带。

4. 穿鞋袜的原则。一般而言，穿鞋的颜色应与衣服的颜色相称。穿花哨衣服时不必穿黑鞋子，但出席葬礼时，即使外衣和领带可以从略，但鞋子和袜子必须是黑色的，这是社交界的一种礼貌。对待鞋子要像对待衣服一样重视，平时要注意保护及修补鞋子，不能衣服漂亮而鞋子上却落满灰尘，影响视觉效果。如穿稳重的西装长裤和明亮的黑色鞋子之间，出现不和谐的花哨颜色或是花袜子，会惹人反感，而穿深蓝色或黑色的袜子就会和谐一点。

5. 制服、制帽可以提高工作效率。不少商场和写字楼对男女职员如何着装都有统一的规定，有些地方还规定穿戴制服制帽。这不仅仅只是简单地发给你一件工作服，而是意味着你是这个机构中的一员，使公司职员整齐划一，有助于增强每个员工的责任感和激发斗志。对于单位发下来的制服或制帽，

必须按所定意图正确整齐穿戴。如果制服弄脏或缝线绽开时，应及时清洗或处理，不能怠慢。

服装的舒适感

当今人们在追求时尚和表现个性的同时，已越来越注重着装的生理舒适感。着装生理舒适感包括触觉舒适、功能舒适和温度舒适三个方面。

面料对人体生理舒适的有关性能称为面料的卫生学性能。它主要包括隔热性、通透性、吸湿性、吸水性、延伸性、柔软性和摩擦系数等。

1. 隔热性：是面料阻挡热量传导和透过的性质。一般面料厚度越大，质地越膨胀，其阻止热量传导的能力越强，即通常所说的保暖性好；而表面光滑、结构紧密的面料，对热辐射有较好的反射阻挡能力，夏季往往选择质地较为光滑、致密的面料，以起到隔热防暑的作用。

织物的颜色对其隔热性也有很大影响，主要表现在对热辐射的吸收方面。不同颜色对热辐射的吸收率由大到小排列为：黑、紫、红、橙、绿、灰、青、黄、白 其中黑色约为白色的 2.5 倍。

2. 通透性：指面料两侧存在压力差时，可使空气和水气由织物组织间的空隙通过的特性。贴身内衣及夏装应选择具有良好通透性的面料，从而保证人体的排湿和对流散热，实现体表空气层的更新，维持人体的舒适感。冬装则要考虑防止冷空气的透入，面料通透性要小。

3. 吸湿性、吸水性：面料吸收气态的水，水分进入纤维内部的现象叫吸湿性。通过毛细管原理，吸收液态

的水，水分进入织物空隙中并逐渐渗透于纤维内部的现象叫吸水性。服装的吸湿性、吸水性好是保证舒适性的关键。棉、麻、丝、毛等天然纤维及再生纤维素纤维的吸湿性较好；表面粗糙、组织松散、厚度大的织物吸水性较强。

4. 延伸性：是面料受拉力时的伸展能力，它取决于织物组织和纱线的性质。纬编针织物和氨纶织物延伸性都很好，弹力丝、膨体纱织物也有一定的延伸性。穿用延伸性大的针织内衣和竞技服装可使穿着者活动自如，减少体能消耗。

5. 柔软性：这一性能由构成面料的纤维种类、纱线及织物结构决定。纤维柔软、纱线捻度低、组织疏松都可提高面料的柔软度。面料的摩擦系数反映面料的光滑程度。纤维、纱线光洁度好，弯曲程度小，交织点少的织物，摩擦系数较小，表面光滑。柔软度和摩擦系数均会影响人体的触觉舒适感。贴体服装应尽量使用柔软、光滑的面料。

少女衣着与色彩的最佳选择

专家认为，颜色能够调剂人们的思想，振奋人们的精神，但也能使人意志丧失、精神颓废，能带给我们兴奋、欢欣，也能带给我们静谧、忧伤！

由于颜色能够单独反射光线，所以少女在衣饰穿着方面，要考虑到何种光线反映最为得体。有许多少女常为选择何种颜色的服装而伤脑筋，她不知道该穿些什么好。这种现象并不奇怪，因为对衣服颜色的挑选并不单单依靠个人的喜好来决定，而且还伴有其

他因素的存在，比如环境、衣服式样、脸型、发型等，都要与之相协调。

还有的少女在五光十色的服装店感到无所适从，因为她不知道自己真正喜爱什么颜色，什么颜色真正适合自己。

以下替你做个简单的分析，使你在今后的服装色泽上做到匠心独具，选出自己最满意、最合适的服装。

红色：它能激发大脑与脉搏，增加兴奋功能，尤其能促进食欲（菜馆、饭店多用红色或其变色来装饰门面、布置内部），同时，它带有热烈的气氛，所以少女可以多穿红色，表现出青春的巨大活力。但对皮肤黝黑或神情抑郁者最好不穿。身材高大亦不宜穿红色，除非面貌漂亮出众。

黄色：它是助长气势的，可以产生宁静和安乐的效果。据心理学家观察，黄色最能使儿童喜悦，从事幼儿工作的少女穿黄色衣服，可以引起孩子的好感。皮肤比较白的少女也适宜穿黄色，更能显出她们的天真与俏丽。肤色青黄的女孩子则不宜穿。

绿色：它是能够减轻痛苦、消除疲劳、减少刺激的自然色彩。它代表青春、和平、自由。不同肤色的少女都适宜穿着。

蓝色：它归纳一种平稳、安静、轻松、愉快的意念。纯蓝色的服装过于素静。较适合进入中年以后的女性穿着，能显出庄严与高贵气派。如果少女喜欢蓝色，就需要有别的色彩来调剂，显得少女恬静大方。

灰色：这种色彩压抑着无羁的情感，在服装颜色中，是素静、朴实的代表。近年来，灰色很流行，女孩子穿着，显得特别成熟。穿着时最好衬一条红色、粉红或橙红色的围巾。

棕色：它可以表现户外的气氛，棕色服装适宜于 25 岁以上的女性。但纯粹棕色看起来比较单调，少女若要穿着，最好加上黄色、米黄色或桔黄色之类的点缀。

白色：它代表纯洁，给人平实坦然的感受。穿着白色

服装会产生脱俗之感，显得飘逸、文静、秀丽。适于任何年纪的女性，特别是少女。同时，白色与任何色调相配都适宜。

黑色 它给人暗淡、消极之意，但也含庄严肃穆的气氛。所以穿着全黑色服装仍以上了年纪的女性为宜。有的少女为衬托她雪白的肌肤，特别喜欢穿黑色衣裙。但如果款式选择不当，它只会掩盖少女的天真和朝气。

紫色：它似乎带点神秘意味，但在宗教上，却代表悲伤与尊贵。因为它是红蓝极端二色的混合，所以穿着上不太受限于年龄，不过面色青黄的少女不宜穿着。

服装美与色彩的镶拼作用

如果一件衣服、一套服饰都是流行的款式、美丽的色彩，但把它穿戴在一个人的身上，组合在一起，却使人看了不顺眼。这虽然是多方面的因素，如人的身材、容貌、举止、气质等等，但给人最主要的印象，还是整体色彩镶拼的不协调造成的。比如，用红、绿、黄、蓝、橙、紫的上衣和下衣、内衣和外衣来对比镶拼，很难达到整体协调美的效果；如用邻近色、过渡色的整体镶拼，一般会给人以雅素大方的感觉。色彩镶拼的方法有：

1. 服装整体色彩镶拼，如外衣是对比色不对称色彩镶拼，露在外边的衬衣、领带等以素雅浅色为宜。如外衣是素雅的条纹面料制作，那么内衣、毛衣和下装色彩要深一些。一般上衣浅，下装要深，外衣深，内衣可浅。

2. 无论是邻近色还是对比色的镶拼，全套服装都不宜超过三种以上色彩镶拼，因为着装的人是要和空间的色彩相协调的。

3. 服装设计上的色彩镶拼是变化无穷的。有同面料、同色或异色镶拼；有不同面料、同色、异色镶拼；有不同面料、异色装饰性镶拼……这些色彩镶拼，是为了丰富服装的款式、线条、色彩的变化，给人以美的艺术享受。

4. 在比较流行的生活装中，如冬季的羽绒服、滑雪外衣，春秋季节的男女夹克衫、编织外衣，夏季的连衣裙、套裙等，都是款式和色彩镶拼比较协调统一的，因此深受男女老少的欢迎。如大色块、对比色、不对称镶拼的编织毛衫，年轻的姑娘穿着，更加朝气蓬勃，增添青春活力；邻近色、条纹花型、对称镶拼的编织外衣，中年妇女穿着高雅、秀丽；素雅相近色连结几何图案色彩镶拼的编织外衣，中年人穿着显年轻、潇洒，青年人穿着显英俊、帅气。

5. 服装各种款式，运用色彩镶拼，其变化是多种多样的。大色块、横竖线条的镶拼，能出现新奇的效果，而一种主色调的服装，恰当地运用对比色镶拼在某一部分上，也能起到特殊的色彩效果。例如，用二色或三色条格面料制作连衣裙或衣裙二件套；用格条的上下、纵横、交错镶拼，用同一种面料镶拼成不同色彩、线条，也是很优雅别致的。如一件深色的女上衣或茄克衫，配上一件浅格条衬衣，用衬衣的面料在套裙上衣和裙边镶拼，或一件素色夹克衫、风雪衣，在两肩、袖、肩绊处，装饰性地镶拼异色面料，也会起到意想不到的效果，但是一件素色的衣服过多地在袖口、口袋、领边等处用异色面料镶拼，有时也会起到相反的效果。

帽子、鞋袜与手套颜色式样怎样协调

帽子与鞋袜在男女的衣着中都占据着举足轻重的地位，在礼节上也是十分重视的。